

# 見守りアプリ「元気かな？」

## クイックスタートガイド



CAT Techs

# 「元気かな？」について



「元気かな？」は歩数と気分を共有するアプリです。家族や友だちとつながれば、みんなの様子を毎日みることができます。

## 歩数について

歩数はスマートフォンを持って歩くだけでカウントされます。アプリを開いていなくても歩数は自動的に更新されます。

## ポイント💡

1日1回はアプリを開くようにすると歩数の自動更新が停止せずにみんなとつながっていられます。もし、動作がおかしいと思ったら「よくある質問」をご参照ください。

# 1. 画面の説明



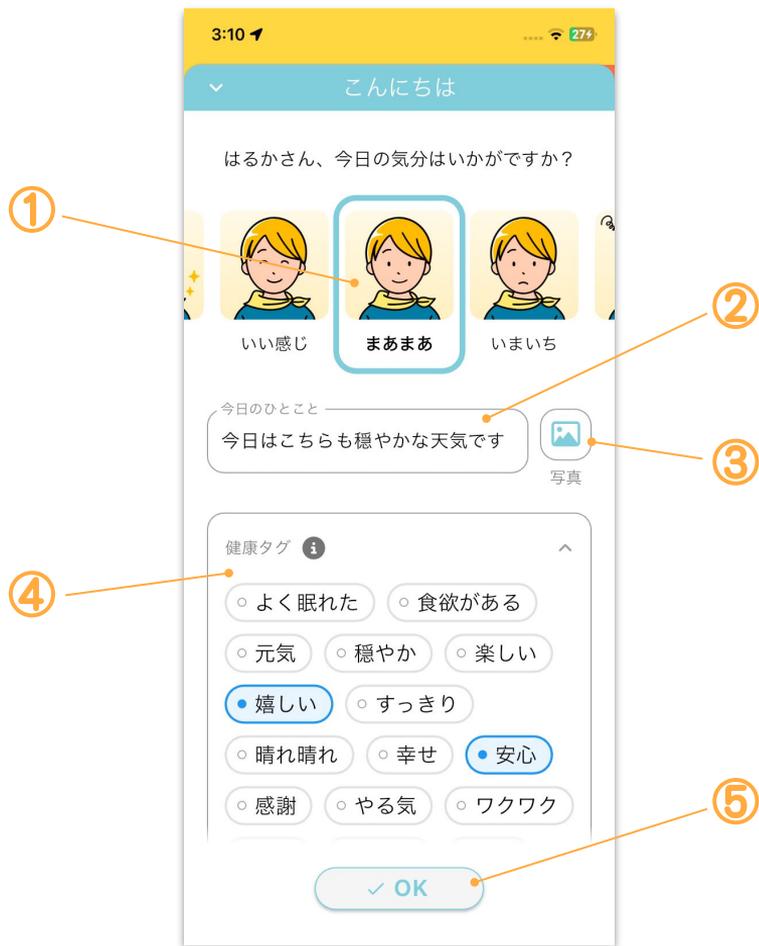
1. 自分のアイコンです。設定から変更することができます。
2. 入力した「今日のひとこと」が表示されます。
3. 入力した「健康タグ」が表示されます。
4. 鉛筆マークを押すことで今日の気分を再入力することができます。
5. 今日の歩数が表示されます
6. ここを押すと歩数などについて聞くことができます。

## 2. 歩数グラフの表示



下部の ≡ もしくは、アイコンを押すことで、歩数グラフや各種ボタンを表示することができます。

### 3. 今日の気分



毎朝、アプリを開くとこちらの画面が表示されます。

1. 5種類の中から、今日気分を選択します。
2. みんなに伝えたい「ひとこと」を入力することができます。
3. 写真を共有することができます。写真が共有されるのはその日1日だけなので毎日気軽に活用いただけます。
4. 体調や気分などを「健康タグ」の中から選んで設定することができます。
5. 入力が終われば「OK」ボタンを押します。

## 4. 家族／友だちの表示



画面をスクロールすると家族／友だちが表示されます。  
写真が共有されている場合は、写真も表示されます。

## 5. 家族／友だちをアプリに招待する



アプリで家族／友だちとつながるには、一番下のボタンを押して招待画面を開きます。

招待の方法は2つあります。

- (1) メールやLINEで招待リンクを送る
- (2) QRコードをカメラで読み取る

家族／友だちと直接会うことができる場合は、QRコードを使った招待がおすすめです。

## 6. リアクション・スタンプ



リアクション・スタンプで家族や友だちに気持ちを伝えることができます。ハートマークを押して絵文字を選んで下さい。

## 7. メッセージの送信



家族／友だちにメッセージを送るには紙ヒコーキのボタンを押します。

作成画面が表示されるので、メッセージを入力して送信ボタンを押します。

## 8. 受け取ったメッセージを見る



家族／友だちから受け取ったメッセージを見るには画面下のメールボタンを押します。

**ポイント** 💡

未読のメッセージがあるときには、メールボタンに赤丸の印が表示されます。

## 9. 緊急連絡



右上の緊急ボタンを押すと、緊急連絡先を表示することができます。

各連絡先のボタンを押すことで電話を掛けることができます。

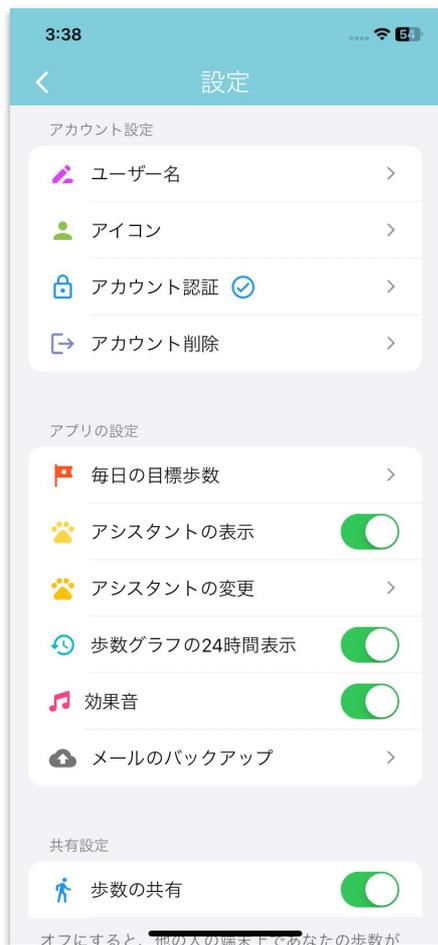
連絡先は追加することもできます。

## 10. メニューの表示



左上のメニューボタンを押すと、各種メニューを表示することができます。

## 11. 設定



メニューから設定を開くと、各種設定を行うことができます。

### ポイント💡

#### アカウント認証

アカウント認証を行なっておくと、機種変更を行なったときもデータを引き継ぐことができます。

#### メールのバックアップ

機種変更前にメールをバックアップしておくと、新しいスマートフォンにこれまでのメッセージを引き継ぐことができます。

#### 共有設定

歩数を共有する時間帯などを指定することができます。

## よくあるご質問

Androidの場合 : <https://cat-techs.info/faq-android-howareyou/>

iPhoneの場合 : <https://cat-techs.info/faq-iphone-howareyou/>

## お問い合わせ

ご不明な点がございましたらお気軽にご連絡下さい。

mail : [support@cat-techs.info](mailto:support@cat-techs.info)